



Carne Moída Saborosa em 10 Minutos

Ingredientes (para 2 pessoas):

250g de carne moída cozida
1 colher de sopa de azeite de oliva
1/2 cebola pequena, picada finamente
1 dente de alho pequeno, amassado ou picado
Sal a gosto
Pimenta-do-reino moída na hora a gosto
2 a 3 colheres de sopa de água

Modo de Preparo:

Em uma frigideira média, aqueça o azeite em fogo médio.
Adicione a cebola picada e refogue por cerca de 2-3 minutos, até ficar translúcida.
Acrescente o alho amassado e refogue por mais 30 segundos, tomando cuidado para não queimar.
Adicione a carne moída cozida à frigideira. Mexa bem para que ela se misture com a cebola e o alho.
Tempere com sal e pimenta-do-reino a gosto. Prove e ajuste o tempero se necessário.
Adicione as 2 a 3 colheres de sopa de água. Deixe ferver e cozinhe por 1-2 minutos, mexendo ocasionalmente, até que a carne absorva os sabores e o molho engrosse levemente.
Sirva imediatamente.

Preparo

menos de 10 minutos

Cozimento

5-7 minutos

Serve

Serve 2 pessoas

Dieta

Nenhuma restrição informada

Dica

Para um sabor ainda mais aprofundado, você pode deixar a cebola e o alho dourarem um pouco mais antes de adicionar a carne. Se desejar uma textura mais úmida, adicione um pouco mais de água ou caldo durante o cozimento. Armazene as sobras em um recipiente hermético na geladeira por até 3 dias.